

優しさとぬくもりが  
エコにつながる  
うちネコしてみねえ〜



親と子どもたちが意見を交換すると、  
みんなで実践できるエコが見つかる。  
家族のぬくもりもそこには生まれる。

撮影協力/エコツェリア(東京・新丸の内ビルディング)



## 家族で楽しみながら 「うちエコ!」すれば 温暖化防止に繋がる。

● なかじま・みねこ フリーキャスター。大学卒業と同時に天気予報番組やニュース番組でお天気キャスターを務め、現在は番組のリポーターとしてテレビ出演しているほか、その経験を活かし、企業の温暖化防止セミナーや『NPO法人気象キャスターネットワーク』の一員として、小学生に環境授業などもおこなっている。

「エコって難しく考え過ぎると長続きしないと思うんです。面倒になったり、あとは何ができるだろうって追求し過ぎると、毎日のことだから追いつけこ状態になってしまう」

愛猫のルナちゃんを抱きながら、中嶋美年子さんはそう語りだす。「たとえばわたしが最近凝っているのは洋服のリメイク。タンスの中には、数回しか着ていないのに袖を通さなくなってしまったコートとかあるじゃないですか? そういう洋服を仕立て直してもらいます。新しい洋服を買うよりも安上がりだし、襟のデザインなどが今風にアレンジされてオシャレになるのなら、その方が楽し

いと思うんです」

この日、着用してきたニットのコートも、長いと感じていた丈を短くカットしてもらったことで、軽やかになり、とても満足しているとか。「それもエコっていうつもりでやっているのではなく、気に入っていたのにもったいないなあって気持ちの方が強くて、それが結果的にエコになったという感じで」

また、冷え性という女性ならではの悩みを持つ中嶋さんは、寒さ対策として、もちろん重ね着をしたり一人用の電気座布団など愛用しているというが、食事についても美味しく工夫して楽しんでいるようだ。

「今、ハマっているのが“とろみ”(笑)。根菜類が好きで、以前は適当に切ってスープを作っていたんですが、最近はそれらの野菜を擦って、出汁に入れて味付けし、片栗粉でとろみをつけて仕上げるんです。冷めにくいから最後まで美味しく、体も温まります」

今は寒い時期だから冬物の洋服を直したり、体が温まるメニューを考えたりと、その時々でできるエコを、中嶋さんは実践しているという。

子どもたちと話をすることも大切な「うちエコ!」のひとつ。

このように自然体でエコと向き合う暮らしをしている中嶋さんだが、一

方では、企業で温暖化防止セミナーの講師をしたり、キャスター仲間と一緒に各地の小学校へ出向き、環境について話を『出前授業』という活動をおこなっているそうだ。

「企業では、節電によって電気代がどのように変わってくるかを、電卓を使って実際に計算してもらったり、また小学校では実験をしたりクイズ形式で授業をしています」

中嶋美年子さん自身も、さらに環境全般における知識を深めようと、現在大学院で学んでいる。

「環境っていろんな側面があると思う



んですが、子どもたちにとっては自然教育が重要なのかな、と考えています。自然と触れ合うことで命の大切さや自然のサイクルのメカニズム、それから自分たちの生きている環境を知ることができる。そういう子どもたちがたくさん増えていけば、温暖化を防ぐことになっていくのではないかと考えているんです」

『出前授業』で子どもたちに出会えるのはそのときだけ。すると子どもたちにとっては、たんなるイベントになってしまい、継続教育に繋がらない。日本全国、あらゆる地域に住む子どもた



ちが環境を学び続けるにはどうすればいいか、ということが課題なのだとか中嶋さん。

「でも、子どもたちのアイデアって、とっても斬新なんです。家の中で温かくするにはどうすればいい？ って

聞くと、“家の中でダッシュする！”とか言うんです(笑)。それから“家にある布団を全部持ってきて、お父さんとお母さんとみんなで被ればいいよ！”なんて。すごくシンプルなことなんですけど、(親も)子どもたちと意見を交換することで、みんなで実践することのできるエコってのが見つかるんじゃないかなって。またそうした家族の団欒が温かさに繋がっていく。『うちエコ!』という言葉がそのきっかけになればいいと思いますね

古着の袖をカットして猫の洋服を作ったりもするという中嶋さん。エコを気軽に楽しんでいるようです。



▲「仕立て直すだけで、古くなった洋服も新しく生まれ変わります」



丈の長かったニットのコートも、新品で買うよりもずっと安く仕立て直すことができた。カットした生地はまた、再利用する予定。

オススメ



家の中では起毛素材の厚手の靴下を愛用。風呂上がりに、冷えないうちに履いて、温かさを靴下に閉じ込めている。



こちらは愛猫のルナちゃんが外出時に使っている湯たんぽ。同じタイプを中嶋さん自身も愛用しているという。